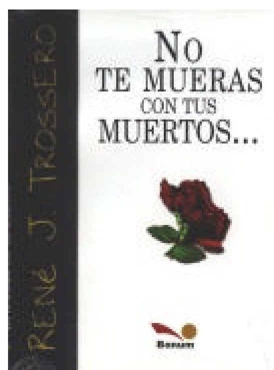
NO TE MUERAS CON TUS MUERTOS



RENÉ JUAN TROSSERO





NO TE MUERAS

CON TUS

MUERTOS

RENÉ JUAN TROSSERO

Este libro fue pasado a formato digital para facilitar la difusión, y con el propósito de que así como usted lo recibió lo pueda hacer llegar a alguien más. HERNÁN



No te Mueras con tus Muertos

René Juan Trossero

Digitalizadores: Maris a y Eduardo A.

L-01 – 22/08/03

Me acerco a ti, hermano, para confiarte con amor lo que pienso para mí mismo.

René Juan Trossero es escritor y psicólogo de larga trayectoria en nuestro país y con repercusiones de su actividad en el exterior. Se distingue por su calidez humana y por su honda sabiduría sobre las cosas de la vida, que lo ubican en un plano notable como maestro entre sus colegas y como referencia indiscutible para sus lectores. Editorial Bonum se enorgullece de haber publicado una gran cantidad de títulos de su autoría y de haber visto crecer su figura de verdadero filósofo contemporáneo, acompañado por un público que multiplica las ediciones de sus libros más conocidos haciéndole trascender las fronteras del simple acontecimiento editorial.

Gracias: A Silvia, Aurora... y tantos otros que, brindándome la confianza de compartir conmigo los pesares de sus propios duelos, me ayudaron a comprender algo de esta dolorosa experiencia de la persona humana. A Blanca, Juan Carlos, Nilda y Elena que, con sus sinceras sugerencias, colaboraron para mejorar estas páginas.

A mi madre que, viuda a los 22 años, no eligió la muerte, para morirse con su esposo, sino la vida, para vivir conmigo.

- - - - - = 0 = - - - - -

Me acerco a ti, hermano...

Con el religioso respeto

con que se ingresa a un templo;

con la cálida ternura

con que se acaricia a un niño;

y con la cuidadosa delicadeza

con que se cura una herida,

me acerco a ti,

hermano que estás de duelo

y sufres el desgarrón de la despedida, provocado por la muerte,

para entregarte estas simples palabras.



Algunas te servirán de alivio y de consuelo, otras te irritarán, ¡seguramente!,

porque no dicen lo que tú sientes ahora.

No te impacientes;

acéptalas como indicadoras de un camino, que hay que recorrer con tiempo,

y no como preceptoras de un deber

que ya debieras haber cumplido.

Si algo te choca hoy,

déjalo,

y tal vez lo leas mejor mañana.

Estas palabras mías no te dirán lo mismo en los comienzos, en el medio o al final del largo camino de tu duelo.

Tú tienes por delante

un camino largo y doloroso,

y el presentarte la meta

no es para impacientarte,

ni para reprocharte de no haber llegado, sino para alentarte a seguir andando.

Tú caminas por tu desierto

y el sol y las arenas enardecen tu sed; si yo te hablo de un oasis

no es para culparte

por no haberlo alcanzado,

sino para alentar tus pasos.

¡Tal vez concluyas tu duelo

cuando estemos de acuerdo,

y hayas encontrado el oasis...!

Acepta que ante la muerte,

quedas desconcertado corno un niño.

3

quisiera compartir contigo...

Amigo:

tu propia muerte te asusta,

y la muerte de tus seres queridos te duele.

No voy a escribir una sola palabra

para superar tu miedo

o suprimir tu dolor;

porque no tengo esa palabra mágica.

Tu verás cómo enfrentar tu propia muerte.
Yo sólo quisiera compartir contigo
algunas cosas simples,
para que te duelas sanamente
y hagas tu dolor más llevadero,
ante la muerte de los tuyos.
Y eso es todo.

Que te duelas, dije, sanamente,
a causa de tus muertos,
que te deprimas un tanto
y un tiempo,
pero no que no puedas vivir,
que te dejes morir
porque murió tu madre,
tu padre o tu hermano,
tu esposo o tu esposa,
tu hijo o tu amigo...
Yo quisiera ayudarte,
si me es posible
y si tú quieres,
a que sufras sanamente,
para seguir viviendo;
porque he visto a muchos
MORIRSE CON SUS MUERTOS.

Tus muertos ya murieron,
y en tu mente ya lo sabes.
Pero tu corazón necesita tiempo
para saber y aceptar que ya partieron.
Por eso tu dolor resurge como nuevo,
ante esa mesa familiar
donde un lugar quedó vacío,
en esa Navidad donde alguien falta,
en ese nacimiento sin abuelo,
en ese año nuevo en que se brinda
y alguien ya no levanta la copa...

Así es el corazón humano:
siempre vive de a poco
lo que la razón sabe de golpe.
¡Para la mente
los muertos mueren una vez;
para el corazón
mueren muchas veces...!



Enciende la lámpara de la esperanza y alégrate como un niño.

"resucitarán para ti"...

Tus muertos resucitarán "para ti", cuando hayas aceptado

que "murieron para ti";

sólo los recuperas en su regreso,

cuando aceptaste su partida.

¡No es posible la alegría del reencuentro, sin sufrir el dolor de la despedida!

No te mueras

con tus muertos;

¡llora la siembra de ayer

con la esperanza puesta

en cosecha de mañana!

Acepta que la muerte

de tus seres queridos

te despierta mucha rabia,
aunque sepas por qué
y aunque no quieras sentirla.
Tu resistencia ante la muerte
te hace rebelarte,
aunque no sepas del todo
contra quién hacerlo...
¿Contra Dios...?
¿Contra tus muertos... porque te
abandonaron?
¿Contra...?

No te mueras
con tus muertos;
¡déjalos dormir su tiempo
como duerme la oruga
en la crisálida,
esperando la primavera
para hacerse mariposa!

Dios no es menos Dios,
más justo o más injusto,
más bueno o más malo,
cuando naces que cuando mueres.
O crees en Él siempre,



o no crees nunca;

pero una cosa es creer en Él

y otra es creer en tus explicaciones.

¡Ante la muerte

se acaban tus explicaciones!

No te tortures

Sintiéndote culpable ante tus muertos.

¡Los muertos no cobran deudas!

¡Además, si hoy resucitaran,

volverías a ser con ellos como fuiste!

¿O no sabías con certeza

que un día iban a morir?

No te mueras

con tus muertos;

¡muéstrales más bien,

que como el árbol

podado en el invierno,

lejos de morirte,

retoñas vistiendo tu desnudez

devolviendo frutos por heridas!

Acepta la realidad y date cuenta,

de que tus muertos te plantean

un serio desafío:

el de tener una respuesta

para el sentido de tu vida.

Porque mientras no sabes

para qué murieron ellos,

tampoco sabes para qué vives tú.

¿O no piensas morir?

Que las flores que te acompañaron en el dolor, te ayuden a recuperar tu alegría y tu esperanza.

6

... la vida y la esperanza Ante tus muertos queridos

tu corazón tiene mil interrogantes

y tu razón, ninguna respuesta.

Resolverás mejor la cosa,

cuando preguntes menos

y aceptes más.

Las flores que regalas a tus muertos
hablan de la vida y la esperanza.
También en tu corazón
duermen la vida y la esperanza
esperando que tú las despiertes
para seguir viviendo esperanzado.

No te mueras
con tus muertos;
¡míralos marchar
por su camino,
hacia su meta,
y aprende la lección
que ellos te dejan,
diciendo
que tu andar de peregrino,
también tiene un final,
al que te acercas...!

Más que con la frialdad
de los mármoles,
más que con suntuosos monume ntos
y grandilocuentes discursos,
honra a tus muertos

con una vida digna.
¡Piensa qué esperas para ti
cuando hayas muerto!

Aprende de tus muertos
una lección para la vida:
es mejor amar a los tuyos
mientras viven,
que quitarte culpas
por no haberlos amado,
cuando ya se fueron.

No te mueras
con tus muertos;
¡despídelos,
como despides
las aguas del río
que van al mar,
sabiendo que volverán
mañana nubes,
y serán lluvias
sobre tu rostro!

Así como los cirios encendidos
se queman y derriten
dando luz y calor

en la despedida de tus muertos,

7



que tu corazón no se derrita en vano,

quemándose en el fuego del dolor

sino que arda en las llamas del amor

y en la luz de la esperanza.

No te mueras

con tus muertos;

¡vive este invierno

de dolor,

que te desnuda

como quitándote la vida;

pero, recuerda

que la savia duerme

para retoñar

y florecer en primavera!

Parte del dolor que te golpea,

cuando despides a tus muertos,

se debe a una pregunta

que golpea en tu interior,

interrogando por el sentido de la vida.

Si respondes de verdad,

sincera y frontalmente,

gracias a la muerte de tus muertos

tú vivirás más plena y auténticamente.

Deja que los vientos del dolor, saquen de tu corazón las aguas de tus lágrimas...

8

¿por qué apenarte...?

¿Sabes que,

cuando lloras a tus muertos,

lloras por ti y no por ellos?

Lloras porque los perdiste,

porque no los tienes a tu lado.

Porque,

si todo concluye con la muerte,

tus muertos ya no están,

ni siquiera para sufrir por haber muerto; y si la vida continúa,

más allá de la muerte,

¿por qué apenarte por tus muertos?

Cuando hayas terminado de aceptar

que tus muertos se murieron,

dejarás de llorarlos

y los recuperarás en el recuerdo,

para que te sigan acompañando

con la alegría de todo lo vivido...

No te mueras

con tus muertos;

¡recuerda

que donde ardió el fuego

del amor y de la vida,

debajo de las cenizas

muertas,

quedan las brasas

esperando el soplo,

para hacerse llamas!

Si dices que, sin tus muertos,

tú no puedes seguir viviendo,

no digas

que es porque los amabas tanto,

sino por cuánto los necesitabas,

(y no es lo mismo amar que necesitar).

Si lo aceptas así,

tal vez descubras, para tu crecimiento, que tu vida consiste en ser tu vida...

¡y no en la de los otros!

No frenes tus lágrimas cuando llegan,

ni fuerces el llanto cuando se alejan.

No dejes de llorar

porque alguien lo reprueba,

ni te obligues a llorar porque si no:

"¿Qué dirán los otros?

Respeta tu dolor

y tu manera de expresarlo.

No te mueras

con tus muertos;

¿déjalos partir,

como parten

las golondrinas en otoño,

para anidar

en otros climas

9



y volver más numerosas

y crecidas,

en otra primavera!

Las lágrimas que ocultas,
el dolor que escondes
y la protesta que callas,
no desaparecen:
quedan al acecho del momento
en el que puedan estallar.
Y es mejor que lo vivas todo
a su tiempo y en su hora.

Es común que las personas
guarden buena cantidad de culpas
para reprocharse ante sus muertos.
¡No lo hagas contigo!
Tus muertos no ganan nada
con tus insomnios de remordimientos.
Ámalos ahora;
recuérdalos con amor,
y, quizás, sí ganen algo...

Aprende a mirar la muerte como otro nacimiento, para otra etapa de la vida...

...como otro nacimiento...

Tú y yo
sólo vemos una cara de la muerte,
la del otro lado se nos escapa.
Si desde el seno de tu madre
hubieras visto nacer un hermano,
creo que lo hubieras llorado
como muerto,
hasta nacer tú y reencontrarlo.
¿Qué sentirías si miraras la muerte
como otro nacimiento...?

No te mueras
con tus muertos;
¡déjalos que vayan
como esta semilla
que se lleva el viento,
no por capricho de llevarla,
sino para sembrarla
en algún lado,
aunque
tú no sepas dónde!

No te castigues,
encaprichada y resentidamente,

prohibiéndote gozar de la vida
porque perdiste un ser querido.
Tu tristeza te destruye a ti,
sin beneficiar a tus muertos.
Y, cuando ellos partieron,
no se llevaron contigo tu derecho
a gozar de la alegría de la vida.

Tus muertos tenían sus falencias;
no sigas culpándolos
por tantas cosas...
¡Los muertos no pagan deudas!
Perdónalos, si es necesario hacerlo,
dejándolos en paz a ellos
y liberándote tú
para vivir tu vida.



... a la hora de cosechar...

Tus muertos

no están en el cementerio.

Nunca estuvieron ahí,

salvo cuando estaban vivos.

¿Me preguntas dónde están...?

Y no puedo responder por ti.

Yo sé dónde están "para mí" los mí os; pregúntate tú a ti mismo

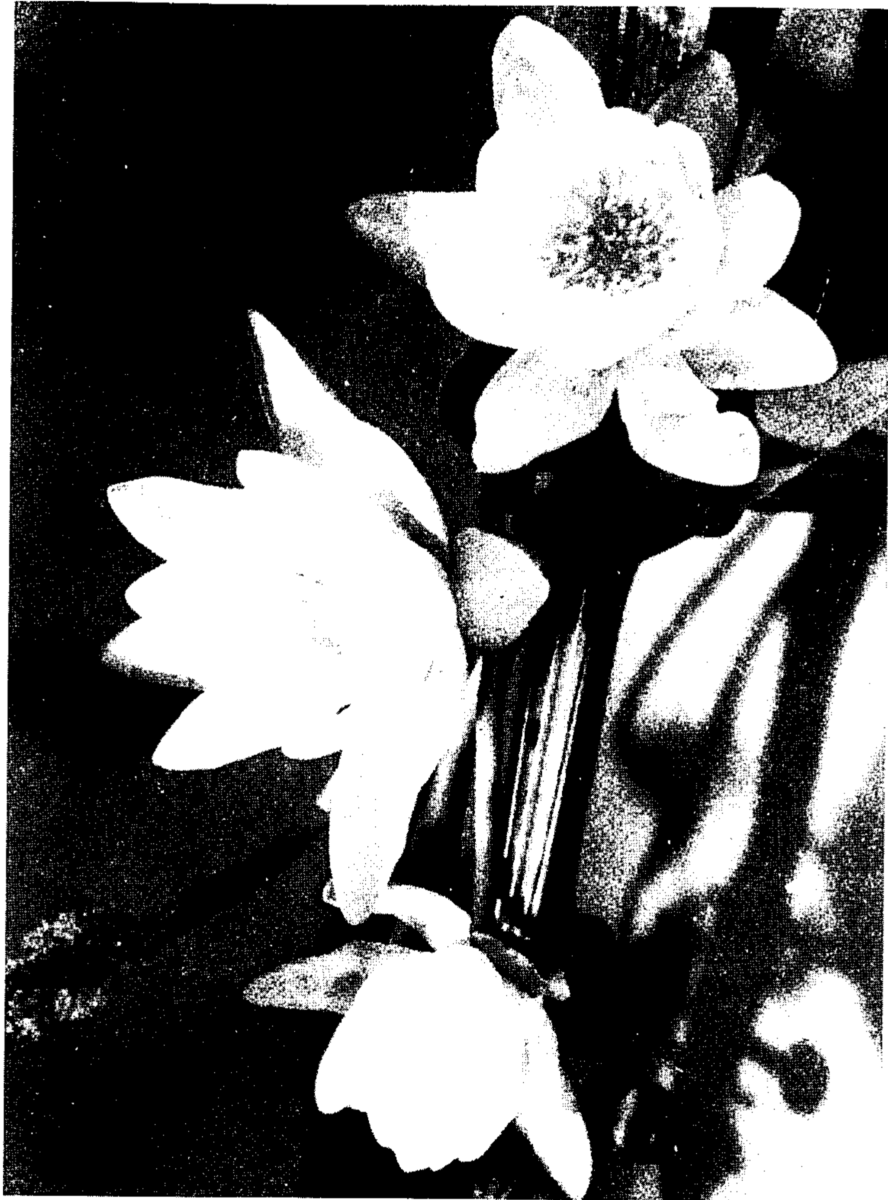
dónde crees que están "para ti"

los tuyos.

El cementerio no es un desierto sin vida, es un campo sembrado con esperanzas...

El cementerio es como un surco
donde se arrojan las semillas.
Ningún sembrador
vuelve a remover la tierra
para buscar las semillas ya sembradas; regresa al campo
a la hora de cosechar espigas…

No te mueras
con tus muertos;
¡diles tu adiós!,
esperanzado,
como despides el sol
en el ocaso,
la luna y las estrellas
en la aurora,
sabiendo que a su turno



y a su hora,

todos volverán

hacia tu encuentro.

Estos días de dolor profundo,

grises de tristeza,

de soledad y de silencio,

son como el tiempo del invierno

para las plantas...

Pero confía en la vida,

¡que es siempre

más fuerte que la muerte!,

para que retoñe su alegría

y florezcan tus ganas de vivir.

Así como te alegra la belleza de las flores deja que la alegría de los otros te alivie de tus penas. . .



... que te contagien su alegría...

No te rebeles frente a la alegría ajena.

No pretendas que todos

se mueran con tus muertos;

que cada uno lleva su peso

con llorar los suyos.

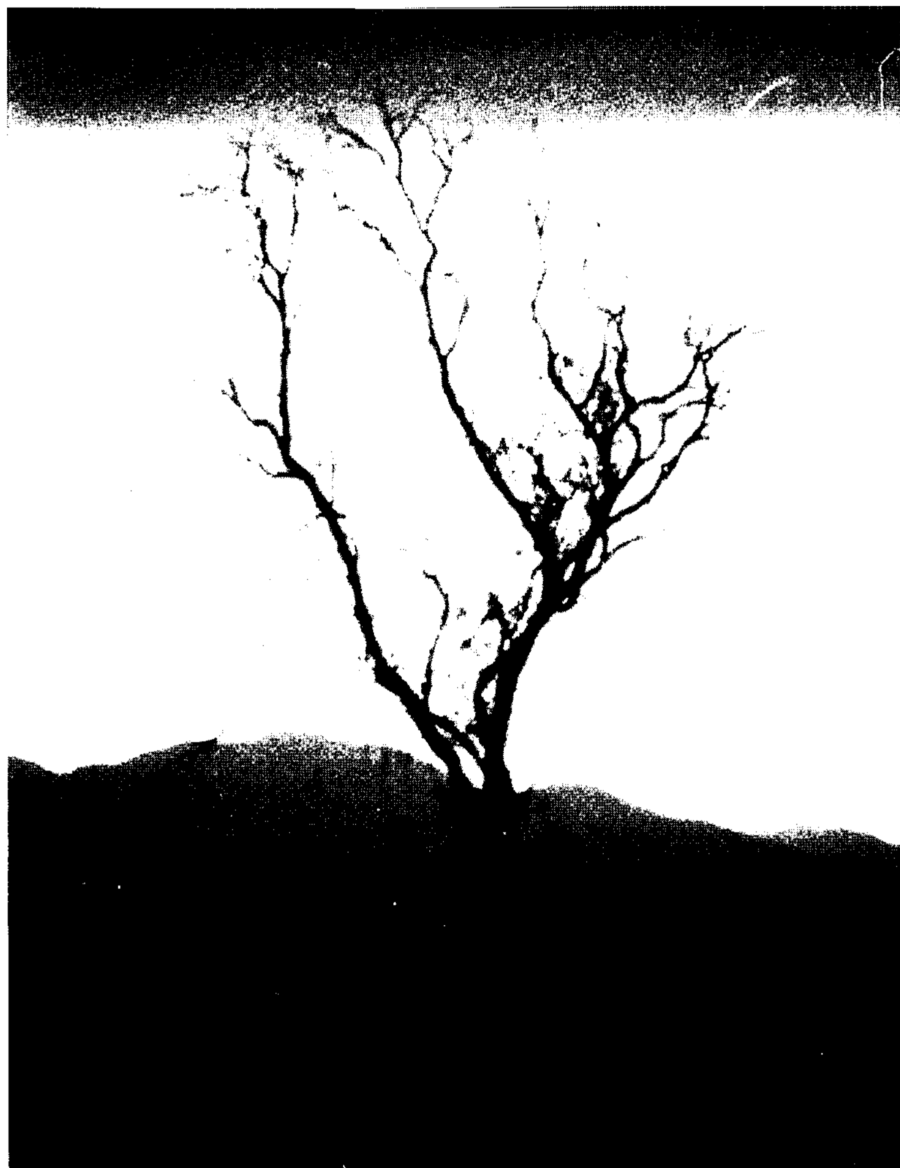
Y es mejor para ti
que te contagien su alegría
y sus ganas de vivir,
y no se hundan contigo
en el pozo de tu pena.

No te mueras
con tus muertos;
¡llévalos vivos en tu amor
y vive con ellos
en tus recuerdos!
¡Sería triste y penoso
que tú te dejaras morir
y ellos
siguieran viviendo...!

Mientras esperas
que tus muertos regresen
como si no hubieran muerto,
les impides volver de otra manera,
a ocupar un lugar
en tu corazón y en tu recuerdo.
Es una ley de la vida:
no se goza el despertar de la aurora
sin pasar por la muerte del ocaso.

No te ates con el dolor a tu pasado.

Camina con la luz de la esperanza hacia el futuro.. . ¡Hasta el final!



... andando tu camino...

Tus muertos se van por una puerta,
que tú no puedes trasponer,
¡ahora!
porque se cerró tras ellos.
¡No los esperes ahí...!
Despídelos,
para que puedas correr
y espéralos llegar por otra puerta,
¡al final
de tu duelo!

Si buscas un camino
para reencontrarte con tus muertos,
no lo busques, llorando, en tu pasado; búscalo, más bien, esperanzado,
andando tu camino, hacia el futuro.

Como el árbol, hunde tus raíces en la tierra de tu dolor, para levantar hacia el cielo las ramas de tu esperanza.



¡acepta la muerte y punto!

¡Deja de culparte!

Que si le hubiera dicho...

Que si le hubiera hecho...

Que si hubiera sabido...

Que si...

¡Todas torturas, inútiles para ellos

y crueles para contigo!

Además, "si hubiera sido así",

"si hubieras hecho eso..."

hoy te reprocharías

no haber hecho lo contrario.

¡Acepta la muerte, y punto!

La luz de la fe puede alumbrar tu camino, para que veas más allá de la muerte...

16

Yo soy la resurrección y la vida.

Si desde la fe cristiana te interesa escuchar la Palabra de tu Maestro, para iluminar el camino de tu duelo:

Dijo JESUS DE NAZARET:

"Yo soy la resurrección y la vida. El que crea en mí aunque muera, vivirá". Jn. 11,25

¿Puedes creer que tus muertos viven?

"Les puedo asegurar que si el grano de trigo que cae en la tierra no muere, queda solo; pero si muere da mucho fruto". Jn. 12,24

¿Puedes creer, que después de la muerte, se puede vivir más intensamente que antes?

"Jesús dijo a los que tocaban música fúnebre: Retírense, la niña no está muerta, sino que duerme". Mt. 9,23-24

¿Puedes creer que la muerte es como un sueño, del que se despierta a una nueva vida?

"Deja que los muertos entierren a sus muertos; tú ve a anunciar el Reino de Dios". Lc.

9,60

¿Puedes despedirte de tus muertos y continuar tu vida por un camino de esperanza?

"Les aseguro que se acerca, y ya ha llegado, la hora en que los muertos oirán la voz del Hijo de Dios; y los que la oigan, vivirán". Jn. 5,25

¿Puedes creer que tus muertos oyeron una voz que los llamó a la vida?

"El agua que yo les daré se convertirá en un manantial que brotará hasta la Vida eterna". Jn.

4,14

¿Puedes creer que la Vida que Dios te dio durará para siempre?

"Dios no es Dios de Muertos sino de vivientes". Mc. 12,27

¿Puedes creer que tu Dios es un Dios que da la vida para siempre?

"Esta es la voluntad de mi Padre: que el que ve al Hijo y cree en Él, tenga Vida eterna y que yo lo resucite en el último día". Jn. 6,40

¿Puedes creer que habrá un día último para la historia, y que después seguirás viviendo?

"El que cree en el Hijo, tiene Vida eterna". Jn. 3,36

¿Puedes creer que la Vida que tienes durará para siempre?

"Sí, Dios amó tanto al mundo que entregó a su Hijo único para que todo el que cree en Él no muera". Jn. 3,16

¿Puedes creer que Dios quiere que vivamos para siempre?

"Yo soy la Luz del mundo. El que me sigue no andará en tinieblas sino que tendrá la luz de la Vida". Jn. 8,12

¿Puedes creer que las sombras de la muerte, serán vencidas por la Luz de la Vida?

17



Detrás de la nube, que te oculta el sol, los rayos te dicen que el sol no ha muerto. Detrás del dolor de la despedida, la luz de la esperanza te dice que tus muertos viven.

Sentir tu ausencia.

No te sientas obligado a sentir todo esto en los comienzos de tu duelo. Prueba si puedes decirlo y sentirlo. Lo que parece imposible hoy lo verás alcanzado mañana. Respeta tu tiempo y tu ritmo.

PARA DESPEDIR UN MUERTO

Te amé y te amo,

por eso tu partida

me hace sentir tu ausencia

y te recuerdo con dolor y pena.

Acepto tu derecho a partir,

a tu hora

y sin mi consentimiento.

Acepto mi dolor al extrañarte

y este enojo inexplicable,

porque al partir me abandonaste.

Sé que no fui perfecto contigo,

pero fue mi vida,

lo que me fue posible,

por eso quiero despedirte

sin quedarme con culpas por el pasado.

Sé que no fuiste perfecto,

pero no te culpo por nada;

fue tu vida,

lo que te fue posible,

y no quiero vivir reprochándote
culpas que ya no sientes.

Te extraño,
y me parece imposible
poder vivir sin tu presencia.
Porque te amé
llegué a necesitarte;

y ahora quiero aprender a amarte sin necesitar tenerte a mi lado;
quiero que mi amor no muera
sino que madure y crezca.
Y aunque sienta que te necesito,
sé que no te necesito
porque mi vida tiene su autonomía
y su propia consistencia,
tan claramente como sé que viví
antes de conocerte
y que podré vivir cuando ya no te tengo.
Si decidiste partir
aquí estoy para despedirte.
Nada ganaría con empecinarme
en creer que no te fuiste.
Me siento con derecho

¡y con obligación! de seguir mi vida.

No quiero morir contigo,

porque tú no ganarías nada,

y no te mostraría con eso

el amor que te he tenido

sino cuánto te he necesitado.

Hoy te lloro triste y apenado,

angustiado y deprimido,

¡y me lo permito así,

porque así lo siento!,

pero, y aunque me cuesta decírtelo,

sé que mañana, muy pronto,

volveré a vivir el gozo de la vida,

llevando conmigo tu recuerdo

y también tu compañía...

Mientras te digo todo esto,

me parece imposible que te hayas ido

y busco inútilmente explicaciones.

Mejor, acepto la realidad,

y te despido.

Cada uno se comunica con "su Dios", "a su manera". Si estas palabras no te sirven, busca las tuyas.

Oración

Dios,

tú no eres Dios

si no eres el Dios del Amor

y de la Vida.

Entonces iba a decirte

que no creo en ti;

que no creo que eres el Amor,

porque murió...;

que no creo que eres la Vida,

porque murió...

Pero, más bien te digo

que creo como nunca,

que creo en ti y te creo a ti,

solamente

oscuramente,

desnudamente,

porque me siento impotente,

sin ninguna explicación

ante la muerte.

Por eso te confieso

que me duele en el alma

la muerte de...

Siento dolor y rabia,

angustia, impotencia y rebeldía.

¡Me siento

una criatura acorralada!

Y, finalmente,

acepto la muerte de...

aunque no comprendo nada.

Creo en Ti,

Dios del Amor y de la Vida,

porque necesito que la muerte

tenga alguna explicación

y algún sentido,

y quiero pensar que tú lo sabes,

aunque yo lo ignore,

y espero que mis muertos vivan,

aunque yo no sepa

cómo ni dónde...

------=0=------

Cuando una flor se muere,

nace una semilla;

cuando una semilla muere,

nace una planta...

Y la vida sigue su camino,

más fuerte que la muerte.

FIN

* * *

Este libro fue digitalizado para distribución libre y gratuita a través de la red **Digitalización: Marisa y Eduardo A.**

Revisión y Edición Electrónica de Hernán.

Rosario - Argentina

22 de Agosto 2003 – 04:43